

INFLUÊNCIA DA MÍDIA NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Jacira Edmer Castelo Silva¹; Daniel Ribeiro de Matos Moreira²; Roberta Freitas Celedonio³

¹Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro; jacira.silva@aluno.unifametro.edu.br

²Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro; daniel.moreira02@aluno.unifametro.edu.br

³Docente - Centro Universitário Fametro – Unifametro; roberta.celedonio@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: XI Encontro de Iniciação à Pesquisa

Introdução: A busca por um corpo considerado esteticamente perfeito tem sido cada vez mais comum na sociedade atual, o que pode levar a comportamentos alimentares inadequados e ao surgimento de transtornos alimentares e dismorfia corporal. Nesse sentido, é importante investigar se a mídia social e os padrões de beleza propagados pela sociedade exercem influência no comportamento alimentar das pessoas. A relação entre comportamento alimentar, transtornos alimentares, mídias sociais e transtorno dismórfico corporal (TDC) tem sido amplamente estudada na literatura. Com o aumento do uso de mídias sociais, há uma preocupação crescente sobre o impacto que elas podem ter sobre a percepção do corpo e comportamento alimentar. O TDC, por sua vez, pode estar associado a transtornos alimentares e pode ser influenciado pelas mídias sociais. **Objetivos:** revisar a relação da mídia sob o comportamento alimentar. **Métodos:** Para a construção da presente pesquisa inicialmente elaborou-se a seguinte pergunta norteadora: “Há relação da mídia sob o comportamento alimentar?”. Na sequência, foram realizadas pesquisas nas bases de dados Google Scholar, Scielo e PubMed, utilizando os descritores "Comportamento alimentar" e "Mídia" combinados com o operador booleano “e”. Para realizarmos essa revisão de literatura os critérios de seleção foram artigos publicados entre 2018 e 2022, em português, inglês ou espanhol, que respondessem a pergunta norteadora. Foram excluídos artigos que tinham como objetivo exercício físico, atletas, ou que estivessem duplicados entre as bases de dados. **Resultados:** Para compor a presente pesquisa foram selecionados quatro artigos de acordo com os critérios

de elegibilidade. A partir da análise desses estudos, observou-se que a mídia social exerce uma forte influência na construção de padrões de beleza, e a exposição a esses padrões idealizados associados a pressão social por um corpo perfeito podem ter um impacto negativo no comportamento alimentar das pessoas. O primeiro estudo observou que o uso excessivo de mídias sociais pode estar associado a comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de Nutrição. Os resultados indicaram que os estudantes que passam mais tempo nas redes sociais têm maior probabilidade de apresentar atitudes relacionadas a transtornos alimentares, como restrição alimentar, preocupação com o peso e imagem corporal negativa. A segunda pesquisa analisou a influência da mídia na adolescência e mostrou que a exposição a imagens idealizadas de corpos pode levar a comportamentos alimentares prejudiciais. Os autores ressaltaram a importância de se promover uma educação midiática para ajudar os jovens a compreenderem melhor as mensagens midiáticas e a desenvolver uma imagem corporal positiva. O terceiro artigo investigou a recordação de propaganda televisiva de culto ao corpo entre mulheres jovens com transtornos alimentares como anorexia nervosa ou bulimia nervosa. Os resultados mostraram que as mulheres com transtornos alimentares recordavam mais anúncios de produtos alimentares do que aquelas sem transtornos, sugerindo que a mídia pode ter um papel significativo na perpetuação desses transtornos. Já o último estudo explorou a relação entre o estilo de vidas dos pais e um ambiente favorável a obesidade bem como a influência da mídia. Os autores destacaram a influência significativa dos pais no comportamento alimentar de seus filhos e ressaltaram a importância de se promover hábitos alimentares saudáveis desde a infância. Esses artigos indicam a importância da educação sobre alimentação saudável e imagem corporal positiva, além de ressaltar a influência da mídia no comportamento alimentar. É fundamental que profissionais de saúde, educadores e famílias trabalhem em conjunto para promover hábitos alimentares saudáveis e uma imagem corporal positiva, especialmente em jovens em fase de desenvolvimento. **Considerações finais:** Com base nos estudos revisados, pode-se concluir que há, de fato, uma influência significativa da mídia, conseqüentemente, da estética e dos padrões de beleza no comportamento alimentar das pessoas. Nesse contexto, é essencial que haja uma maior conscientização e educação sobre hábitos alimentares saudáveis e a valorização da diversidade de corpos e aparências. As mídias sociais têm um papel importante nesse processo, uma vez que muitas vezes são utilizadas como fontes de informação e referência em relação à estética corporal e alimentação. Portanto, é fundamental que sejam desenvolvidas estratégias para limitar a exposição a imagens que reforçam padrões de beleza irreais e potencialmente prejudiciais à saúde. Além disso, é

necessário conscientizar as pessoas sobre a importância de um comportamento alimentar saudável, evitando dietas extremas e buscando uma alimentação equilibrada e adequada às necessidades individuais. Por fim, é importante destacar que a influência da estética e dos padrões de beleza no comportamento alimentar é um tema complexo e multifacetado, que envolve aspectos biopsicossociais. Sendo assim, é fundamental que sejam realizados mais estudos nessa área, a fim de ampliar o conhecimento sobre o assunto e desenvolver estratégias mais efetivas para lidar com essa questão.

Palavras-chave: Transtorno alimentar; Mídias sociais; Comportamento alimentar; Padrão de Beleza.

Referências:

ASSIS, L. C. DE .; GUEDINE, C. R. DE C.; CARVALHO, P. H. B. DE .. Uso da mídia social e sua associação com comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de Nutrição.

Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 69, n. 4, p. 220–227, 2020.

BITTAR, C.; SOARES, A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 28, n. 1, p. 291–308, 2020.

MORAL-AGÚNDEZ, A. DEL.; CARRILLO-DURÁN, M.V. Recordação de propaganda televisiva de culto ao corpo entre mulheres jovens com anorexia nervosa ou bulimia nervosa. **Saúde e Sociedade**, v. 29, n. 1, p. e170418, 2020.

DANTAS, R. R.; SILVA, G. A. P. DA. THE ROLE OF THE OBESOGENIC ENVIRONMENT AND PARENTAL LIFESTYLES IN INFANT FEEDING BEHAVIOR. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 37, n. 3, p. 363–371, 2019.

UZUNIAN, L. G.; VITALLE, M. S. DE S.. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 11, p. 3495–3508, nov. 2015.

VALE, Antonio Maia Olsen do; ELIAS, Liana Rosa. Transtornos alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. **Rev. bras. ter. comport. cogn.**, São Paulo , v. 13, n. 1, p. 52-70, jun. 2011. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452011000100005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 09 out. 2023.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2023

XIX SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645